

HUBUNGAN HOPE, HAPPINESS DAN FORGIVENESS TERHADAP MARITAL ADJUSTMENT PASUTRI DI KOTA SERANG

Rahmawati

Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas
Sultan Ageng Tirtayasa

E-mail: rzrahmawati@untirtaac.id

Abstract

The aim of study was find out the relationship between hope, happiness, and forgiveness with marital adjustment. The respondents were 70 peoples which of 40 women and 30 men in Serang city, Banten. The Collected of the data with summated ratings method from the scale of hope, happiness, forgiveness, and marital adjustment. The F value (regression) gained from F test = 13,728, R = 0.62 (> 0.5), R² = 0.384, with p = 0.001 (<0.01), those indicated are positive relationship between hope, happiness, and forgiveness to marital adjustment.

Keywords: hope, happiness, forgiveness and marital adjustment.

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara harapan (*hope*), kebahagiaan (*happiness*) dan pemaafan (*forgiveness*) terhadap penyesuaian pasangan didalam pernikahan (*marital adjustment*). Responden penelitian ini 70 orang yang terdiri dari 40 perempuan dan 30 laki-laki di wilayah kota Serang-Banten. Prosedur pengambilan data dengan metode *summated ratings* pada skala *hope, happiness, forgiveness, dan marital adjustment*. Dari uji F didapatkan nilai F (regresi) = 13,728, R = 0,62 (>0,5), R²=0,384 dengan p=0.001 (<0,01), artinya ada pengaruh yang signifikan antara *hope, happiness, dan forgiveness*, secara bersama-sama terhadap *marital adjustment*.

Kata Kunci: *hope, happiness, forgiveness and marital adjustment.*

PENDAHULUAN

Proses kehidupan manusia dihadapkan pada kebutuhan akan hidup berpasangan antara laki-laki dan perempuan dalam ikatan perkawinan. Sebagian besar pasangan memiliki harapan yang besar satu sama lain, harapan akan bisa menjadi ayah yang baik, ibu yang baik, membangun kehidupan bersama, dan cita-cita lainnya yang tersusun indah. Hubungan tidak hanya terjalin hubungan antara suami dan istri, tetapi terdapat penyatuan dua keluarga.

Pernikahan akan menghadirkan tahap baru dalam penyesuaian pasangan. Terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam interaksi pada fase penyesuaian diri pasangan. Tidak hanya mementingkan kebutuhan sendiri tercukupi tetapi bagaimana pasangan juga bisa mendapatkan kepuasan atas hal-hal yang diusahakan satu sama lain. Apabila hal ini tidak mendapat perhatian akan menjadi penyebab adanya konflik dan berujung perceraian.

Jumlah kasus perceraian di Indonesia tahun 2009 lalu, perkara perceraian yang diputus Pengadilan Agama/ Mahkamah Syar'iyah mencapai 223.371 perkara. Selama sembilan tahun terakhir, tiap tahun rata-rata terdapat 161.656 perceraian. Angka tersebut meningkat secara signifikan sejak tahun 2001 hingga 2009 (Hermansyah, 2010). Sama halnya terjadi di daerah Provinsi Banten, jumlah perceraian dari tahun ke tahun semakin meningkat.

Menurut data di pengadilan Tinggi Agama (PTA) Banten selama 2014 tercatat sebanyak 11.469 perkara perceraian. Data ini meningkat dibanding 2013 yang hanya sebanyak 10 ribuan perkara. Tingkat perceraian sesuai data pengadilan agama Kota Serang tinggi pada tahun 2012. Terdapat sejumlah 1293 putusan, 2013 terdapat sejumlah 1928 putusan, dan 2014 sejumlah 1855 putusan.

Sejumlah data putusan perceraian terbanyak berdasarkan wilayah didominasi oleh pemohon dari wilayah Kota Serang. Tingkat perceraian pasangan di Kota Serang menunjukkan persentase tertinggi dibandingkan wilayah lainnya, yaitu pada tahun 2012 terdapat 21,09%, tahun 2013 terdapat 20,22%, dan tahun 2014 terdapat 19,55%. Selain data jumlah perceraian, dari pengkajian data wawancara yang peneliti lakukan terhadap responden pada bulan Maret tahun 2015 didapatkan hasil antara lain sejak menikah pasangan tidak

melibatkannya dalam memutuskan masalah, setelah menikah ternyata tidak sesuai yang diharapkan, dan merasa tidak bahagia karena kurang diperhatikan. Selain itu ada yang menyampaikan karena pasangan terlalu dominan dan memaksakan kehendak. Merasa tidak bahagia, tidak ada harapan ke depan, dan keengganan dalam memaafkan pasangan mempengaruhi penyesuaian dalam perkawinan.

Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa penyebab utama dari beberapa kasus tingginya angka perceraian dipengaruhi oleh ketidakmampuan dalam *marital adjustment*. Hal tersebut sebagai manifestasi dari *hope* yang tidak tercapai, menurunnya *happiness* dan tidak ada *forgiveness* dalam perkawinan.

Hope

Harapan merupakan kekuatan atau aset kebaikan yang berlandaskan moral tinggi dan digunakan seseorang mengejar tujuan terkait dengan emosi positif (Snyder, *et al*, 1996). Snyder (Cheavens, *et al*, 2006) mendefinisikan harapan sebagai pola belajar berpikir yang manifestasi perilakunya nyata dan dapat diamati secara objektif. Harapan bukan emosi pasif saat mengalami masalah, tetapi merupakan proses aktif untuk mengejar tujuan.

Harapan ada ketika seseorang mengharap yang terbaik untuk masa dan menjadi percaya diri menghadapi hambatan, gigih berjuang mengatasinya,

dan berani menghadapi kegagalan (Aspinwall dan Staudinger, 2003). Harapan mampu menciptakan berbagai strategi (*pathways*) ketika seseorang berhadapan dengan stressor, meningkatkan prestasi di bidang akademik dan olahraga, meningkatkan kondisi fisik dan emosi, serta akan memperoleh dukungan sosial dan kepuasan (Weis dan Speridakos, 2011). Harapan juga akan meningkatkan elemen penting dalam penyembuhan yang berhubungan dengan *neurobiology* (Snyder dan Lopez, 2007).

Dua komponen utama dari *hope* yaitu kemampuan atau kapasitas seseorang untuk merencanakan cara menuju yang diinginkan meskipun menemui hambatan dan motivasi untuk memanfaatkan cara tersebut (Snyder, 2002; Snyder dan Lopez, 2007). Snyder (Cheavens, *et al*, 2006) mengoperasionalkan *hope* sebagai proses ketika individu : (1) menetapkan tujuan (2) mengembangkan strategi spesifik untuk meraih tujuan tersebut dan (3) membangun serta mempertahankan motivasi untuk melaksanakan strategi yang telah disusun. Ketiga komponen harapan ini mengacu pada tujuan (*goals*), cara berpikir (*pathways thinking*) dan pikiran motivasi (*agency thinking*)

Happiness

Kebahagiaan adalah keseimbangan antara pengalaman menyenangkan dan tidak menyenangkan (Eid dan Larsen,

2008). Aristoteles (Rahmat, 2008) mendefinisikan kebahagiaan sebagai kesempurnaan hidup seperti kesehatan, kekayaan, persahabatan, pengetahuan. Berbeda halnya antara orientasi kebahagiaan antara orang Amerika dan Cina yang dilakukan oleh Lu dan Gilmour (2004) yang mengungkapkan kebahagiaan bagi orang Cina adalah sebuah harmonisasi hidup baik dalam hubungan dengan sesama ataupun penciptanya. Konsep bahagia seperti ini adalah harmonisasi (*harmony*), keseimbangan (*balance*) dan kecocokan (*fit*) tidak ditemukan pada orang Amerika. Sedangkan pada budaya orang barat konsep kebahagiaan menfokuskan diri kepada pencapaian materi (*material gratification*) dan prestasi atau kesuksesan (*personal achievement*). Comte (Glatzer, 2000) mendefinisikan kebahagiaan sebagai suatu hubungan pengetahuan yang sistematis tentang dunia sebagai ruang manusia serta memahami fakta-fakta yang ada didalamnya. Kebahagiaan bersifat subjektif tentang bagaimana manusia memahami kehidupan di dunia yang dialaminya. Cara berpikir memberikan pengaruh yang besar dalam mencapai kebahagiaan hidup. Penelitian Lyumbomirsky dan King (2005) menghubungkan antara pikiran positif dan kesuksesan hidup. Orang yang berpikir positif akan hidup bahagia.

Seligman (2002) dalam bukunya yang berjudul "*Authentic Happiness*" mengatakan pernikahan adalah faktor

kebahagiaan yang lebih kuat dibandingkan kepuasan akan pekerjaan, keuangan, atau komunitas. Kebahagiaan memiliki dua aspek. Aspek pertama yaitu aspek afektif yang berupa pengalaman emosional dari perasaan-perasaan seperti *joy*, *elation*, dan *contentment*. Aspek kedua adalah aspek kognitif yang berupa evaluasi kognitif terhadap kepuasan hidup (Carr, 2004).

Forgiveness

Forgiveness merupakan kondisi menerima orang lain ketika orang tersebut melakukan hal-hal buruk terhadapnya (Sagrestano, 1999). *Forgiveness* sebagai proses (atau hasil dari sebuah proses) yang membantu seseorang dalam mengubah emosi dan tingkah laku terhadap suatu penyesalan (Smith, 2012). Pada proses tersebut timbul salah satu sikap altruisme sebagai akibat dari kekecewaan seseorang, tetapi tidak melakukan perilaku balas dendam (Santrock, 2002; Mc Cullough, *et al*, 1997) dan meredakan dorongan untuk memelihara kebencian terhadap pihak yang menyakiti seperti kemarahan dan penilaian negatif atau perilaku acuh tak acuh serta meningkatkan dorongan untuk memperbaiki hubungan dengan pihak yang menyakiti berupa menumbuhkan perasaan kasih sayang, kemurahan hati (Mc Cullough, *et al*, 1997). *Forgiveness* dapat mengurangi perasaan keengganan untuk memaafkan dan meningkatkan kesediaan untuk memaafkan yang ditunjukkan oleh

penurunan emosi negatif seperti kemarahan, rasa bersalah, suatu kecemasan (Harris, *et al*, 2007; Laufer, *et al*, 2009). Keadaan ketidaknyamanan tersebut dapat berubah dari negatif menjadi netral atau positif (Thompson, *et al*, 2005; Worthington dan Scherer, 2004).

Forgiveness merupakan bagian dan kemampuan seseorang melakukan komunikasi interpersonal (Droll, 1984). Meminta maaf sangat efektif dalam mengatasi konflik interpersonal karena merupakan sebuah pernyataan tanggung jawab tidak bersyarat atas kesalahan dan sebuah komitmen untuk memperbaikinya (Darby dan Schlenker, 1982).

Ada beberapa faktor yang berpengaruh pada *forgiveness* diantaranya empati, atribusi terhadap pelaku dan kesalahannya, tingkat kelukaan, karakteristik kepribadian, dan kualitas hubungan. Worthington (Seligman, 2002) menyampaikan terdapat lima tahapan proses dalam memberikan *forgiveness*, yaitu *recall* atau mengingat kembali, *empathize* atau empati, *altruistic* atau berupa maaf, *commit* atau tekad, dan *hold* atau berpegang teguh. *Forgiveness* dapat ditanamkan pada orang lain, diri sendiri, dan situasi (Synder dan Lopez, 2007). Melalui *forgiveness* dapat membantu mengurangi stress dengan meningkatkan situasi dan emosi positif (Harris, *et al*, 2007). Intervensi *forgiveness* juga digunakan sebagai arti menerima dan melepaskan emosi negatif seperti marah,

depresi, rasa bersalah, memudahkan dalam penyembuhan, pengembangan diri dan situasi interpersonal dalam berbagai situasi (Laufer, *et al*, 2009; Walton, 2005).

Marital adjusment

Broman (Aminjafari, *et al*, 2012) menjelaskan *adjusment* sebagai konsep yang memandang sebuah hubungan seseorang dengan pasangannya dan karakteristik objek. *Marital adjusment* merupakan proses perubahan, menyesuaikan diri, mengubah individu dan pola dari perilaku dan interaksi pasangan untuk mencapai kepuasan maksimal (Ginova dan Rice, 2005).

Branbury & Beach (Aminjafari, *et al*, 2012) menjelaskan proses *marital adjusment* memerlukan keadaan yang permanen untuk memperoleh keseimbangan dan berfungsinya hubungan perkawinan. Terdapat empat dimensi spesifik dari *marital adjustment*, antara lain *physical* (ada hubungan fisik), *companionship* (ada hubungan persahabatan), *communication* (ada hubungan komunikasi), dan *tension and regrets* (ada ketegangan dan penyesalan) (Smith, 2012).

Konflik perkawinan akan muncul apabila terjadi *marital adjusment* yang buruk pada pasangan. Konflik perkawinan meliputi ketidaksepakatan membesarkan anak dan pola pengasuhan yang berlebihan (disiplin yang kasar atau kejam dari orang

tua) sehingga berdampak pada masalah perilaku pada anak-anak dan menimbulkan perilaku permusuhan yang ditiru oleh anak-anak (Papp, *et al*, 2002).

Hubungan *hope*, *happiness*, dan *forgiveness* terhadap *marital adjusment*

Ketika seseorang mengharapkan atau menginginkan yang terbaik untuk masa depannya dan berusaha untuk meraihnya menjadi percaya diri menghadapi hambatan, gigih berjuang mengatasinya, dan berani menghadapi kegagalan (Snyder dan Sigmon, 2002). Apabila pasangan di dalam perkawinan berani menghadapi tantangan dan punya harapan tujuan dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya maka penyesuaian pekawinana akan terjalin dengan baik. Selain dalam penyesuaian perkawinan penting juga ada kebahagiaan. Konsep kebahagiaan menurut pandangan Asia adalah sebuah proses dinamis antara menerima dan menselaraskan faktor-faktor eksternal maupun internal yang dalam hidup (Lu & Gilmour, 2004). Terdapat korelasi antara kebahagiaan perkawinan dengan indikator dari kualitas perkawinan seperti interaksi perkawinan, konflik perkawinan, masalah perkawinan, dan ucapan perceraian (Amato, *et al*, 2007).

Kebahagiaan dalam membangun *marital adjusment* memerlukan *forgiveness* sebagai cara efektif dalam mengatasi konflik interpersonal.

Permintaan maaf merupakan sebuah pernyataan tanggung jawab tidak bersyarat atas kesalahan dan sebuah komitmen untuk memperbaikinya (Darby dan Schlenker, 1982).

METODE PENELITIAN

Responden adalah 70 orang yang terdiri dari 40 orang perempuan dan 30 orang laki-laki dari Kota Serang yang diambil secara *purposive sampling*. Responden diambil berdasarkan ciri-ciri dengan pembatasan subjek laki-laki dan perempuan, berkeluarga, menikah, tinggal satu rumah dengan pasangan, tinggal dengan keluarga inti. Ciri-ciri subjek tersebut dibatasi karena ada beberapa faktor yang secara komprehensif dan terintegrasi. Bruce & Marry (Aminjafari, *et al*, 2012) menjelaskan faktor eksternal antara lain keakraban keluarga dalam lingkungan dan dukungan sosial memiliki peran dalam pencapaian *marital adjustment*. Hal tersebut menjadi pertimbangan untuk melakukan beberapa pembatasan ciri-ciri responden.

Mayoritas responden dengan usia 20-30 tahun sebanyak 34,3%, sisanya < 20 tahun = 1,4%, 31-40 tahun = 22,9%, 41-50 tahun = 31,4%, dan >50 tahun 10%. Jumlah responden berdasar lamanya pernikahan mayoritas pada masa <5 tahun = 27,1% sisanya masa 5-10 tahun, 10-20 tahun dan lebih dari 20 masing-masing 24,3%. Jika dilihat dari selisih usia pernikahan mayoritas dengan selisih < 5 tahun

sebanyak 62,9%, sisanya 5-10 tahun = 25,7% dan >10 tahun = 11,4%.

Sebaran terbesar pada responden dengan jumlah anak 1-2 orang = 62,9%, sisanya 3-5 anak = 34,3% sedangkan untuk yang jumlah 0 dan lebih dari 5 anak masing-masing hanya 1,4%. dari data jumlah penghasilan responden juga didapatkan mayoritas responden berpenghasilan 1-3 juta= 51,4%, sisanya berpenghasilan > 3 juta= 32,9% dan < 1 juta= 15,7%.

Pengambilan data menggunakan metode *summated ratings* dengan model penskalaan *Likert* (Azwar, 2012). Metode penskalaan berorientasi pada respons skala dukungan sosial, penerimaan diri, dan kecemasan selama kehamilan yang memberikan empat alternatif jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Cara pembobotan atau pemberian item *favorable* 5,4,3,2,1 dan untuk *unfavorable* 1,2,3,4,5. Sebelum penelitian dilakukan uji skala *hope* yang terdiri dari 8 item *favorable*. Skala *happiness* terdiri dari 29 aitem (23 item *favorable* dan 6 item *unfavorable*). Pada skala *forgiveness* terdiri dari 53 item (34 aitem *favorable* dan 18 item *unfavorable*). Jumlah responden yang terlibat pada uji alat ukur sejumlah 70 orang, sedangkan standar validitas yang dipakai adalah 0,3 dan reliabilitas 0,8 (Azwar, 2012).

Peneliti melakukan adaptasi untuk skala *happiness* dari skala ukur *The Oxford Happiness Questionnaire* yang dikembangkan oleh psikolog Michael Argyle dan Peter Hills dari Oxford University. Skala *marital adjustment* menggunakan item standar adaptasi dari *Marital Adjustment Test (MAT)* yang dikenalkan oleh Locke & Wallace (1959).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Mayoritas responden mempunyai *hope* yang tinggi sebesar 64,29% sedang, sisanya 18,57% mempunyai harapan yang tinggi dan 17,14% rendah. Selain itu 71,43% responden menyatakan memiliki *happiness* yang tinggi dan sisanya masing-masing 14,29% pada tingkat rendah dan sedang. Skala *forgiveness* yang tinggi sebanyak 70%, sisanya sebanyak 15,71% pada tingkat rendah dan 14,29%. *Marital adjustment* mayoritas 70% sedang, sisanya 15,71% tinggi dan 14,29% rendah.

Nilai signifikansi dari skala *hope* $p=0,266(p>0,05)$, *happiness* $p=0,466(p>0,05)$, *forgiveness* $p=0,947(p>0,05)$, *marital adjustment* $p=0,941(p>0,05)$. Kesimpulannya ketiga variabel memiliki sebaran skala yang normal. Sedangkan dari uji linieritas, dari hubungan antara *hope* dan *marital adjustment* didapat $p = 0,119(p>0,05)$. Hubungan *happiness* dan *marital adjustment* didapat nilai $p=0,697(p>0,05)$. Hubungan *forgiveness* dan *marital adjustment* didapat nilai $p=0,657(p>0,05)$.

Berdasar uji linieritas yang menunjukkan nilai $p>,05$, maka data dianggap linier. Nilai hasil uji hipotesis regresi ganda $p=0,000(p<0,01)$, artinya adalah terdapat pengaruh sangat signifikan antar *hope*, *happiness* dan *forgiveness* secara bersama-sama terhadap *marital adjustment*. Adapun besarnya pengaruh dari masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen dari uji koefisien regresi secara parsial uji t didapatkan data *hope* secara parsial memiliki nilai $R = 0.411$ dan $p = 0,000$. Artinya terdapat hubungan positif dan signifikan antara *hope* dengan *marital adjustment*. Semakin tinggi *hope* maka *marital adjustment* makin tinggi, sebaliknya jika *hope* semakin rendah maka *marital adjustment* semakin rendah pula. Hal tersebut senada dengan beberapa hasil penelitian sebelumnya bahwa harapan tinggi berkorelasi peningkatan prestasi akademik (Snyder, *et al*, 2002) dan menurunkan tingkat depresi (Snyder, *et al*, 1997), sedangkan harapan yang rendah berkorelasi dengan penurunan kemampuan kehidupan (Droll, 1984). Besaran manfaat atau sumbangan efektif *hope* terhadap *marital adjustments* hanya 3,51% meskipun *hope* signifikan terhadap *marital adjustment*. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor lain yang berpengaruh terhadap *marital adjustment*.

Nilai variabel *happiness* $R= 0.54$ dan $p= 0,033$, artinya terdapat hubungan positif dan signifikan antara *happiness* dengan

marital adjustment. Semakin tinggi *happiness* maka semakin tinggi *marital adjustment*, begitu juga sebaliknya. Hasil penelitian tentang *happiness* menjelaskan adanya hubungan korelasi antara kebahagiaan perkawinan dengan indikator dari kualitas perkawinan seperti interaksi perkawinan, konflik perkawinan, masalah perkawinan, dan ucapan perceraian (Amato, *et al*, 2007). Kebahagiaan perkawinan berkorelasi dengan kehadiran anak dalam rumah tangga, pemasukan rumah tangga, kesejahteraan yang dirasakan, kesamaan sikap-sikap perkawinan tradisional, dan keagamaan (Amato, *et al*, 2007). Kebahagiaan perkawinan juga terjadi apabila terdapat ketergantungan pada keluarga atau jaringan pertemanan melalui internet (Kearns & Leonard, 2004). Hawkins and Booth (2005) melaporkan pasangan yang menikah dan yang melaporkan kebahagiaan perkawinan pada tingkat rata-rata atau lebih tinggi memiliki lebih besar kesejahteraan individu dari waktu ke waktu daripada responden yang tidak bahagia. Penelitian Lyumbomirsky dan King (2005) menyatakan terdapat korelasi positif antara pikiran positif dan kesuksesan hidup. Orang yang berpikir positif akan hidup bahagia.

Nilai variabel *forgiveness* $R = 0.562$ dan $p = 0,007$, artinya terdapat hubungan positif dan signifikan antara *forgiveness* dengan *marital adjustment*. Proses *marital*

adjustment tidak terlepas dari masalah, maka pada keadaan ini ada keterlibatan variabel *forgiveness*. Hal tersebut yang menjadi alasan pentingnya mengetahui bagaimana *forgiveness* berpengaruh terhadap *marital adjustment*. Hal tersebut berbeda dengan pendapat Zechmeister dan Romero (2002) bahwa *forgiveness* tidak berpengaruh besar pada *marital adjustment*. *Forgiveness* sering diberikan kepada korban kekerasan untuk memenuhi peran sosial dalam masyarakat. Korban bersedia memberikan *forgiveness* karena merasa mempunyai moral yang tinggi dan ingin mendapat penghargaan dari orang yang menyakiti. *Forgiveness* juga secara sosial dijadikan instrumen untuk menghalangi keinginan seseorang membalas dendam. *Forgiveness* dapat ditanamkan pada orang lain, diri sendiri, dan situasi sebagai cara dengan cara meningkatkan situasi dan emosi menjadi lebih positif, menghilangkan kondisi negatif dan emosi negatif. Salah satu proses psikologi positif yang menerima perhatian dari para ahli (Harris, *et al*, 2007). *Forgiveness* digunakan sebagai cara populer dalam psikoterapi (Walton, 2005). Intervensi *forgiveness* salah satunya dengan menerima dan melepaskan emosi negatif seperti marah, depresi, rasa bersalah, memudahkan dalam penyembuhan, pengembangan diri dan situasi interpersonal dalam berbagai situasi (Laufer, *et al*, 2009; Walton, 2005).

Sumbangan efektif ketiga variabel, yaitu *hope*, *happiness* dan *forgiveness* secara signifikan berpengaruh terhadap *marital adjustment*. Sumbangan efektif total sebesar 38,4% dan sisanya 61,6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dijelaskan dalam penelitian. Konflik perkawinan, komitmen dalam perkawinan, dukungan sosial, interaksi perkawinan, ketidakharmonisan perkawinan, *forgiveness* dan kekerasan dalam rumah tangga setidaknya membentuk konsep pada dimensi-dimensi dari kualitas perkawinan dan berkombinasi pada indikator tunggal dari kualitas perkawinan (Stanley, 2007). Munculnya kemampuan *forgiveness* dalam hubungan interpersonal merupakan hasil interaksi yang kompleks. Beberapa penelitian menunjukkan *forgiveness* berhubungan dengan kebahagiaan psikologis (Karremans, *et al*, 2003), empati (McCullough, *et al*, 1997; Zechmeister dan Romero, 2002; Macaskil, *et al*, 2002), permohonan maaf dan *perspective taking* (Takaku, 2001), atribusi dan penilaian kekejaman orang yang menyakiti (McCullough, *et al*, 2003). *Forgiveness* merupakan terapi yang efektif dalam beberapa kasus klinis, seperti pelecehan seksual dalam keluarga (Freedmen & Enright, 1996) dan aborsi (Coyle & Enright, 1997). Hasil penelitian menunjukkan *forgiveness* bergantung pada kebahagiaan psikologis (Karremans, *et al*, 2003) dan permohonan maaf dari pihak

yang salah (Takaku, 2001). Hal tersebut memperkuat alasan beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa empati berpengaruh terhadap proses *forgiveness* (McCullough, *et al*, 2003; Zechmeister dan Romero, 2002; Macaskil, *et al*, 2002; Takaku, 2001). Empati menjelaskan variabel sosial psikologis yang mempengaruhi pemberian maaf, yaitu permintaan maaf (*apologies*) dari pihak yang menyakiti. Ketika pelaku meminta maaf kepada pihak yang disakiti maka hal tersebut dapat membuat korban lebih berempati dan kemudian termotivasi untuk *forgiveness*.

Besaran sumbangan efektif secara bersama-sama berpengaruh terhadap variabel *marital adjustment*, yaitu sebesar 38,4% dan sisanya 61,6% dipengaruhi variabel lain yang tidak disertakan dalam penelitian.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Kesimpulan penelitian adalah terdapat hubungan positif antara *hope* dengan *marital adjustment*. Semakin tinggi *hope* maka semakin tinggi *marital adjustment*. Jika *hope* semakin rendah maka *marital adjustment* semakin rendah. Pada variabel *happiness* juga terdapat hubungan positif antara *happiness* dengan *marital adjustment*. Semakin tinggi *happiness* maka *marital adjustment* makin tinggi. Jika *happiness* semakin rendah maka *marital adjustment* semakin rendah. Terdapat

hubungan positif antara *forgiveness* dengan *marital adjustment*. Semakin tinggi *forgiveness* maka *marital adjustment* makin tinggi. Jika *forgiveness* makin rendah maka *marital adjustment* semakin rendah. Ketiga variabel, yaitu *hope*, *happiness*, dan *forgiveness* secara signifikan berpengaruh terhadap *marital adjustment* dengan sumbangan efektif total sebesar 38,4%.

Keterbatasan penelitian berupa pembatasan keadaan kematangan emosi responden dan gangguan psikologis pada responden. *Marital adjustment* dan tingkat kemasakan emosi saling berhubungan (Cole, *et al*, 1980). Keterbatasan lain adalah tidak membandingkan responden dengan faktor yang mempengaruhi *marital adjustment*, seperti pengambilan responden berdasarkan ciri-ciri yang lebih spesifik dengan memperhatikan faktor status hubungan dengan pasangan, keadaan demografi, keadaan neurologis responden, riwayat trauma terhadap pasangan saat penyesuaian, dan jenis kelamin responden (misal hanya pada perempuannya saja atau laki-lakinya saja).

DAFTAR PUSTAKA

- Amato, P.R. *et al*. 2007. *Aloe together ; how marriage in America is changing*. Harvard University Press. Cambridge MA.
- Aminjafari *et al*. 2012. The Study Of Marital Adjustment In Employers' Dual Career Families. *Interdisciplinary Journal Of Contemporary Research In Business*. 3, 12. 120-123.
- Aspinwall, L.G. dan Staudinger, U.M. 2003. *A psychological of human strengths : fundamental questions and future dissections for positive psychology*. American Psychological Assotiaton. Washington, DC.
- Azwar, S. 2012. *Penyusunan skala psikologis*. Pustaka Peajar Offset. Yogyakarta.
- Carr, A. 2004. *Positive pschology : the science of happiness and human strengths*. Bronner-Routledge. New York.
- Cheavens, J.S. *et al*. 2006. Hope therapy in community sample: a pilot investigation. *Social Indicator Research*. 39. 77. 61-78.
- Cole, C.L. *et al*. 1980. Maturity an marital adjusment : a decade replication. *Journal Of Marriage And The Family*. 7. 13. 533-539.
- Coyle, C.T. dan Enright, R.D. 1997. Forgiveness intervention with post abortion men. *Journal Of Counseling And Clinica Psychology*. 33. 65. 1042-1046.
- Darby, B.W. dan Schlenker, B.R. 1982. Children's reaction to apologies. *Journal Of Personality And Social Psychology*. 2. 4. 742-753.
- Droll, D.M. 1984. Forgiveness : theory and research. *Disertasi*. University of nevada, Reno.
- Eid, M. dan Larsen R. J. 2008. *The Science Of Subjektive Well Being*. The Guild Ford Press. New York.
- Freedman, S.R. dan Enright, R.D. 1996. Forgiveness as an intervention goal with incest survivors. *Journal Of Conseling And Clinical Psychology*. 32. 64. 983-992.

- Ginova, D.K.M. dan Rice, .P.F. 2005. Intimate, relationship, mariages, and families. *Library Of Conggres Cataloging In Publication*. 23 July 2012, United State. Hlm. 70-82.
- Glatzer, W. 2000. Happiness : Classic Theory In The Light Of Current Research. *Journal Of Happiness Studies*. 1. 1. 501-511.
- Harris, A.H.S. *et al.* 2007. Integrating Positive Psychology In To Counseling : Why And (When Appropriate) How. *Journal Of Counseling And Development*. 43. 85. 3-13.
- Hawkins,D.N. dan Both, A. 2005. Unhappily ever after ; effect of long-term, long-quality marriage on well-being. *Journal Of Social Forces*. 42. 84: 451-471.
- Hermansyah. 2010. *Melonjaknya angka perceraian jadi sorotan lagi*. [http.www.badilag.net](http://www.badilag.net). Diakses tanggal 29 Juli 2011.
- Karremans, J.C. *et al.* 2003. When forgiveness enhances psychological well-being: the role of interpersonal commitment. *Journal Of Personality And Social Psychology*. 42. 84: 1011-1026.
- Kearns, J.N. dan Leonard, K.E. 2004. Social network, struktural interdependence, and marital quality over the transition to marriage ; a prospective analysis. *Journal Of Family Psychology*. 9. 18. 383-395.
- Laufer, A. *et al.* 2009. Posttraumatic Growth In Adolescence : The Role Of Religiosity, Distress, And Forgiveness. *Journal Of Social And Clinical Psychology*, 4. 7. 862-880.
- Locke, H. J. dan Wallace, K. M. 1959. Short Marital Adjustment And Prediction Tests: Their Reliability And Validity. *Marriage And Family Living*. 11. 21. 251-255.
- Lu, L. dan Gimour, R. 2004. Culture And Conceptions Of *Happiness* : Individual Oriented And Social Oriented Swb. *Journal Of Happiness Studies*. 3. 5. 208-291.
- Lyubomirsky, S dan King, L. 2005. The Benefits Of Frequent Positive Affect : Does *Happiness* Lead To Success. *Psychological Journal*. 3. 6. 803-855.
- Macaskill, A. 2002. *Forgiveness Is A Choise : A Step By Step Proses For Resoving Anger And Restoring Hope*. American Psychological Association. Washington Dc.
- Mc. Cullough, M.E. *et al* 1997. Interpersonal forgiving in close relationship. *Journal Of Personality And Social Psychology*. 37. 73. 312-336.
- Mc. Cullough, M. *et al.* 2003. Forgiveness, forbearance, and time : the temporal unfolging of thransgresiion-related interpersonal motivation. *Journal Of Personality And Social Psychology*. 84. 3. 540-557.
- Papp,L.M. *et al.* 2002. Marital confict in the home when children are present versus absent. *Developmental Psychology*. 19. 38:774-783.
- Rachmat,J. 2008. *Meraih Kebahagiaan*. Symbiosa Rekatama Media. Bandung.
- Sagrestano, L. M. 1999. Social influence techniques during marital conflict. *Personal Relationships*. 3. 5. 75-89.
- Santrock, J.W. 2002. *Life-span development = perkembangan masa hidup*. Penerbit Erlangga. Jakarta.
- Seligman, M.E.P. 2002. *Autentic happiness = using the positive psychology to*

- realize your potential for lasting fulfillment.* Simon & Schuster, Inc. New York.
- Smith, D. S. 2012. Wife Employment And Marital Adjustment A Cumulation Of Results. *Jurnal Family Relations*.2. 4. 483-490.
- Snyder, C.R. *et al.* 1997. The development and validation of the children's hope scale. *Journal Pediatric Psychology*. 11. 22. 399-421.
- Snyder, C.R. dan Lopes, S. 2007. *Positive Psychology The Scientific And Practical Explorations Of Human Strengths*. University Of Kansas, Lawrence. India.
- Snyder, C. R. dan Sigmon, D. R. 2002. Hope Theory: A Member of the Positive Psychology Family. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook Of Positive Psychology*. Oxford University Press. New York.
- Snyder, C. R. 2002. Hope Theory: Rainbows In The Mind . *Psychological Inquiry*. 2. 4. 249-275.
- Snyder, C. R. *et al.* 1996. Development and validation of the State Hope Scale. *Journal of Personality and Social Psychology* 1. 2. 321-335.
- Stanley, S.M. 2007. *Assesing couple and marital relationship : beyond form and to ward a deepe knowledge of fuction.* In Hofferth, S., Casper, L. Editors. Mahwah. Erlbaum.
- Takaku, S. 2001. The effect of apology and perspective taking on interpersonal forgiveness : a dissonance-attribution model of interpersonal forgiveness. *Psychology Journal*. 4. 8. 56-67.
- Thompson, L.Y. *et al.* 2005. Disposition forgiveness of self other and situation. *Journal Persinality*. 73. 2. 313-359.
- Walton, E. 2005. Therapeutic Forgiveness : Developing A Model For Empowering Victims Of Sexual Abuse. *Clinical Social Work Journal*. 3. 6. 193-207.
- Worthington, E. L. dan Scherer, M. 2004. Forgiveness Is An Emotion Focused Coping Strategy That Can Reduce Health Risk And Promote Health Resilience : Theory, Review, And Hypothesis. *Psychology And Health*. 19. 3. 385-405.
- Weis, R. dan Sperikados, E.C. 2011. A meta-analysis of hope enhancement strategies in clinical and community setting pscholog of well-being. *A Springer Open Journal*. 1.5. 31-36.
- Zechmeister, J.S. dan Romero, C. 2002. Victim and offender accounts of interpersonal conflict : autobiographical narratives of forgiveness and unforgiveness. *Journal Of Personality Social Psychology*. 82.4. 674-686.

